

PENGARUH KRISIS PANDEMIK COVID 19 TERHADAP KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI DALAM KALANGAN PELAJAR UniSZA

Mohd Sani Ismail,
Norhashimah Yahya,
Nor Faridah Mat Nong,
Siti Hajar Mohamad Yusoff,
Zuraidah Juliana Mohamad Yusoff,
Universiti Sultan Zainal Abidin Kampus Gong Badak
21300 Kuala Nerus, Terengganu
msaniismail@unisza.edu.my

Siti Salina Abdullah
Universiti Malaysia Terengganu
ctsalina@umt.edu.my

Nurul Anwar
Universitas Hamzanwadi
Lombok, NTB, Indonesia
nurulanwar@hamzanwadi.ac.id

ABSTRAK

Pandemik COVID-19 menjadi wabak penyakit di Malaysia dan dunia yang telah mencatat lebih 42 juta kes di seluruh dunia dan angka kematian melebihi 1 juta orang. Di Malaysia, wabak COVID-19 telah memberi kesan yang sangat besar kepada sistem politik, ekonomi, sosial, kesihatan, dan pendidikan negara. Malah impaknya juga turut melibatkan aspek kesihatan mental. Ekoran dari wabak yang berlaku, kerajaan Malaysia telah mengumumkan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) kepada rakyat bermula 18 Mac 2020. Pelaksanaan PKP bertujuan untuk membuat penjarakan sosial agar dapat memutuskan rantaian wabak. Namun begitu, ianya berpotensi mengubah corak dan norma kehidupan manusia hingga boleh menjejaskan kesihatan mental dan emosi individu yang terlibat sama ada individu yang menjalani tempoh PKP dengan tinggal berseorangan ataupun berkeluarga susulan dari tekanan psikologi yang meliputi rasa takut (fear), cemas (panic), tertekan (stress), bimbang (anxious) dan murung (depress). Oleh itu, objektif kajian ini menumpukan kepada implikasi wabak COVID-19 dan PKP terhadap kesihatan mental dan emosi para pelajar UniSZA. Kaedah kajian ini ialah metod kuantitatif yang menggunakan reka bentuk analisis deskriptif dan inferensi. Bilangan sampel kajian ini ialah 500 orang pelajar UniSZA melibatkan 4 buah kampus UniSZA. Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA berada di tahap sederhana. Pembolehubah jantina menunjukkan pelajar perempuan mengalami masalah kesihatan mental dan emosi berbanding pelajar lelaki. Tahap kesihatan mental dan emosi juga ada hubungan dengan fasiliti pembelajaran atas talian. Kesimpulannya, krisis pandemik COVID 19 dan PKP memberi kesan yang negatif terhadap kesihatan mental dan emosi para pelajar UniSZA dan manusia keseluruhannya.

Kata kunci: *Wabak COVID 19, Perintah Kawalan Pergerakan, Kesihatan mental dan emosi*

1.0 PENGENALAN

Pandemik COVID-19 yang melanda Malaysia telah memberi kesan yang sangat besar kepada sistem politik, ekonomi, sosial, kesihatan dan perkhidmatan negara. Bahkan impaknya juga turut mempengaruhi sektor pendidikan negara. Menurut laporan daripada Pertubuhan Kesihatan Sedunia (World Health Organisation, WHO) sehingga 30 November 2020, jumlah kes COVID-19 mencecah 62 juta dengan lebih dari 1.4 juta kematian di seluruh dunia. Di Malaysia pula, jumlah kes positif telah mencapai angka 65,697 dan kematian sebanyak 360 orang (Laporan Statistik Kementerian Kesihatan Malaysia, 2020) sekali gus wabak yang melanda Malaysia ini telah memberi kesan yang sangat besar kepada sistem politik, ekonomi, sosial, kesihatan dan pendidikan. Laporan WHO juga menganggarkan peningkatan kes-kes yang melibatkan kesihatan mental bagi penduduk dunia lantaran pandemik COVID-19 ini.

Ekoran dari wabak yang berlaku ini, kerajaan Malaysia telah mengumumkan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) bermula 18 Mac 2020 bertujuan untuk memutuskan rantaian wabak dengan mengawal penularan virus. Antara pelaksanaan PKP ialah penutupan semua institusi pendidikan termasuklah taska, sekolah, pusat tahfiz dan kolej. Malah, turut ditutup ialah institusi pendidikan tinggi yang melibatkan universiti awam dan swasta serta institut latihan kemahiran di seluruh negara. Krisis global akibat penularan wabak COVID-19 ini bukan sahaja menyebabkan pembelajaran dan pengajaran secara konvensional tertangguh, bahkan menjadikan tugas para pelajar semakin mencabar apabila mereka perlu menyesuaikan diri dengan norma kehidupan dan kebiasaan baharu yang memerlukan proses Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) dilaksanakan secara dalam talian.

Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) dalam talian menerusi platform digital telah meledak beberapa dekat lalu dalam dunia pendidikan dan menjadi isu serta perbincangan banyak pihak (Abdul Rashid 2020). Namun baru-baru ini diskusi berhubung PdP dalam talian menjadi isu hangat warga pendidik selepas bermulanya era pembelajaran norma baharu semasa COVID-19. Hal ini kerana, landskap sistem pendidikan dilihat berubah selepas wabak COVID-19 melanda penghujung 2019. Natijahnya, kebanyakan pelajar mengalami kejutan disebabkan PKP yang dijalankan telah menghentikan semua kegiatan PdP bersemuka dan

diganti dengan PdP secara dalam talian. Perubahan mendadak ini pastinya memerlukan proses adaptasi dan mengundang masalah kesihatan mental, emosi, rasa tertekan, stres, kerisauan, ketakutan dan kebimbangan dalam kalangan pelajar.

Justeru, kajian ini adalah bertujuan untuk mengenalpasti tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar di UniSZA akibat daripada perubahan proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) semasa wabak COVID-19 dan PKP di negeri Terengganu. Objektif kajian ini juga, menumpukan kepada impak wabak COVID-19 terhadap kesihatan mental dan emosi. Dapatan dan perbincangan utama tertumpu kepada implikasi wabak COVID-19 terhadap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar di UniSZA.

1.1 PERNYATAAN MASALAH

Pandemik Covid-19 boleh membawa kepada simptom kebimbangan iaitu daripada aspek kognitif, emosi, somatik, autonomik dan juga tingkahlaku dimana ia menunjukkan darjah yang berbeza bergantung mengikut ciri sesuatu populasi yang berisiko. Antara simptom kognitif adalah konsentrasi yang lemah, masalah ingatan, dan rasa tidak boleh dibantu (helpless), manakala simptom emosi pula adalah perasaan takut, gerun, terseksa, cepat marah dan sensitif. Simptom somatik pula meliputi insomnia, sakit badan, hilang selera makan serta kurang nafsu seks. Manakala simptom autonomik pula terdiri daripada jantung yang berdegup laju, berdebar, sentiasa mahu terkencing dan sakit perut. Simptom tingkahlaku bagi kebimbangan pula boleh dilihat melalui tingkahlaku agresif, kejam, dan juga pengelakan terhadap orang ramai, tempat atau situasi (Chhabra, 2020).

Kajian Sundarasen et al., (2020) terhadap 983 orang responden dalam kalangan pelajar mendapati 20.4%, 6.6% dan 2.8% pelajar mengalami kebimbangan di tahap minima kepada sederhana, sederhana teruk dan sangat teruk semasa pandemik COVID-19. Kesemua faktor umur jantina, bidang atau kos dan kewangan mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap kebimbangan. Stres utama adalah kerana kekangan kewangan, pembelajaran atas talian, ketidakpastian tentang prestasi akademik, graduasi dan juga prospek kerja bagi masa depan. Dapatan ini juga disokong oleh kajian Firdaus Abdul Gani (2020) yang mendapati majoriti pelajar menunjukkan simptom kebimbangan semasa PKP dimana sebanyak 62.64% mengalami kerisauan mengenai sumber makanan dan kewangan, manakala 54% pelajar mengelakkan kontak sosial dan perjumpaan besar- besaran.

Akibat daripada pelaksanaan PKP, golongan pelajar terpaksa menjalani kehidupan pembelajaran luar biasa dari kebiasaan selalu. Menahan diri untuk berada dalam kediaman masing-masing bagi mengikuti kelas pembelajaran atas talian dalam tempoh yang agak lama bukanlah suatu yang mudah untuk sebahagian individu (Eikhwan Ali & Mahirah A Rashid, 2020). Walaupun sebenarnya banyak kelebihan yang boleh diperolehi dengan hanya berada dalam kediaman masing-masing tanpa sebarang rutin aktiviti luar seperti kebiasaannya, kesan turut dirasai dalam pelbagai segmen kehidupan masyarakat. Penutupan sektor-sektor ekonomi, pendidikan, pelancongan dan rekreasi serta pelbagai aktiviti sosial yang lain telah mengganggu kesejahteraan emosi dan memberikan tekanan kepada sebahagian masyarakat terutamanya golongan pelajar (Eikhwan Ali & Mahirah A Rashid, 2020).

1.2 OBJEKTIF KAJIAN

1. Untuk mengenalpasti tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA.
2. Untuk mengenalpasti samaada terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA berdasarkan faktor jantina.
3. Untuk mengenalpasti samaada terdapat hubungan yang signifikan antara kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA dengan kemudahan fasiliti Pembelajaran atas talian.

1.3 SOALAN KAJIAN

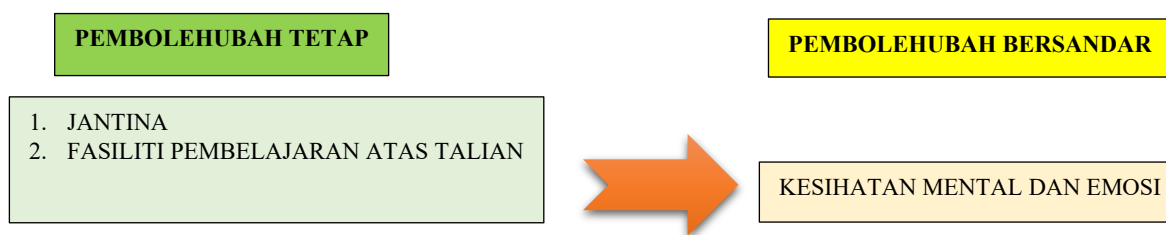
1. Apakah tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA?
2. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA berdasarkan faktor jantina?
3. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA dengan kemudahan fasiliti Pembelajaran atas talian?

1.4 HIPOTESIS KAJIAN

Ho1: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar berdasarkan faktor jantina.

Ho2: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA dengan kemudahan fasiliti Pembelajaran atas talian.

1.5 KERANGKA KONSEPTUAL KAJIAN



2.0 KAJIAN LITERATUR

Berdasarkan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi atau *National Health and Morbidity Survey* (NHMS) 2019, hampir setengah juta rakyat negara ini yang berada dalam kalangan kategori dewasa (2.3 peratus) didapati mengalami simptom tekanan atau depresi. Daripada jumlah ini, majoriti individu yang terkesan adalah individu dalam golongan B40 (2.7 peratus), diikuti oleh golongan M40 (1.7 peratus) dan T20 (0.5 peratus). Dalam masa yang sama, NHMS 2019 itu juga mendapati sebanyak 424,000 (7.9 peratus) kanak-kanak mengalami masalah kesihatan mental. Separuh daripada masalah gangguan mental ini bermula seawal usia 14 tahun dan tiga per empat daripadanya berlaku pada pertengahan usia 20-an (Berita Harian, 2020).

2.1 PERBEZAAN JANTINA DAN KEMUDAHAN FASILITI PEMBELAJARAN ATAS TALIAN

Dalam sektor pendidikan, setelah menularnya pandemik COVID-19, kesemua sekolah termasuk institusi pengajian tinggi awam dan swasta di seluruh negara terpaksa ditutup serentak rentetan penularan wabak yang dilihat mampu memberi kesan kepada perjalanan operasi organisasi serta pengajaran dan pembelajaran bagi organisasi terlibat. Keadaan semasa pandemik COVID-19 ini memerlukan tindakan pantas dari pihak berwajib seperti pihak kerajaan, Kementerian Pengajian Tinggi dan institusi terbabit untuk membuat keputusan terbaik bagi mengelakkan jangkitan melalui pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP). Oleh itu, pada 16 Mei 2020, Majlis Keselamatan Negara telah meluluskan cadangan yang dikemukakan oleh Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) untuk mengendalikan segala aktiviti di kampus melibatkan ke semua Institusi Pengajian Tinggi (IPT) di seluruh negara (Kementerian Pengajian Tinggi, 2020).

Terdapat beberapa kajian awal yang telah dijalankan untuk melihat kesediaan dan cabaran yang dialami pelajar semasa berdepan dengan sesi pembelajaran dalam talian. Tidak dapat dinafikan golongan pelajar adalah antara golongan yang paling terkesan kerana mereka terpaksa beralih daripada amalan pembelajaran konvensional iaitu secara bersemuka kepada atas talian bagi memastikan proses pembelajaran sedia ada tidak terganggu terutama semasa negara terpaksa berdepan dengan impak wabak COVID-19 (Chung, Mohamed Noor & Mathew, 2020; Amani Nawi & Umi Hamidaton, 2020). Malahan, perubahan ini tidak hanya berlaku di Malaysia tetapi turut melibatkan negara lain seperti United Kingdom. Misalnya, University of Cambridge turut melaksanakan sesi pembelajaran secara dalam talian bagi sesi akademik 2020/2021 bagi membendung penularan pandemik ke atas para pelajar dan perubahan ini sedikit sebanyak memberi impak kepada proses pembelajaran sedia ada.

Hasil kajian yang dijalankan di Kanada dan Australia pada bulan April 2020 pula membuktikan dapatan tahap keresahan dan kemurungan yang meningkat dalam kalangan pelajar dan golongan dewasa muda di Quebec, Ontario, Atlantik Kanada mahupun di Australia. Kebimbangan responden dan peningkatan masalah kesihatan mental itu juga berkait rapat dengan kebimbangan tentang isu pembelajaran, pendidikan, kewangan dan pekerjaan kesan daripada pandemik Covid-19 (American Psychological Association, 2020).

Kajian yang telah dilakukan oleh Sheela Sundarasan, K. C. (2020) bertujuan untuk menganalisis faktor tekanan yang mempengaruhi pelajar Kolej Komuniti Negeri Johor Ketika Perintah Kawalan Pergerakan. Kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan edaran soal selidik yang dijana melalui perisian 'google form' kepada 681 orang responden, yang terdiri daripada para pelajar dari 12 buah Kolej Komuniti Negeri Johor. Analisis kajian ini menunjukkan 98.2% pelajar Kolej Komuniti Negeri Johor bersikap positif dengan penguatkuasaan PKP, atas faktor keselamatan diri. Dapatan Kajian mendapati bahawa pelaksanaan PKP telah menimbulkan kesulitan yang tersendiri di kalangan pelajar. Pelaksanaan PKP ini juga turut memberikan tekanan pada diri pelajar lelaki dan perempuan dari sudut pengurusan masa, akademik dan juga motivasi diri. Analisis Regressi menunjukkan elemen akademik sebagai kebimbangan dan tekanan yang paling mempengaruhi sikap pelajar ketika berhadapan fasa PKP.

Hasil kajian oleh *International Journal of Research and Public Health* pada awal tahun 2020, terdapat 53.8% responden melaporkan impak psikologi yang sederhana sehingga teruk. Daripada jumlah itu, 16.5% melaporkan gejala kemurungan (depression), 28.8% melaporkan gejala kebimbangan (anxiety) dan 8.1% melaporkan gejala tekanan (stress). Kajian atas talian itu melibatkan seramai 1,210 orang responden daripada sebanyak 194 buah bandar di China mengenai impak psikologi akibat wabak COVID-19 (Firdaus, 2020). Kebanyakan responden turut mengatakan bahawa mereka yang tinggal di rumah selama lebih daripada 20 sehingga 24 jam setiap hari (84.7%), serta sentiasa merasa risau jika ahli keluarga lain mengalami wabak (75.2%). Hasil kajian juga mendapati bahawa golongan pelajar lelaki dan perempuan lebih mengalami gejala kebimbangan terhadap pembelajaran, gejala tekanan serta gejala fizikal yang spesifik yang dikaitkan dengan impak psikologi adalah lebih tinggi berbanding golongan lain (Firdaus Abdul Gani, 2020).

Selain itu, menurut Tam dan El Azhar (2020), akibat daripada pandemik COVID-19 telah dianggarkan lebih 421 juta orang pelajar terjejas proses pembelajaran mereka bagi sesi pengajian semasa apabila institusi pengajian terpaksa ditutup serta merta demi menjaga keselamatan warga kerja dan golongan pelajar yang merupakan golongan berisiko terlibat dengan jangkitan. Menurut kajian yang telah dijalankan oleh Mohd Arif Johari & Sa'odah Ahmad (2019), terdapat beberapa cabaran yang dihadapi oleh pelajar dalam menjalani pembelajaran dalam talian melibatkan keupayaan untuk mengadaptasi perubahan teknologi kerana

ia melibatkan pembelajaran secara digital serta perubahan sikap untuk menerima amalan pembelajaran dalam talian yang dilaksanakan.

3.0 METODOLOGI

3.1 REKABENTUK KAJIAN

Rekabentuk kajian ini adalah berbentuk kajian kuantitatif dengan menggunakan penyelidikan tinjauan menggunakan instrumen soal selidik.

3.2 POPULASI DAN SAMPEL KAJIAN

Pemilihan sampel dalam kajian ini adalah jenis sampel rawak bersistematik di 4 buah kampus UniSZA. Berdasarkan jadual Krejcie & Morgan (1970), Sejumlah 500 sampel telah diambil daripada 20,0000 populasi mahasiswa UniSZA yang terdiri daripada pelajar lelaki dan perempuan terlibat dalam kajian ini.

3.3 INSTRUMEN KAJIAN

Soal selidik dalam kajian ini terdiri daripada dua (2) bahagian utama iaitu:

Bahagian A: Demografi responden.

Bahagian ini berkaitan dengan latar belakang responden seperti jantina, lokasi daerah dan fasiliti kemudahan pengajaran dan pembelajaran atas talian

Bahagian B: Penguatkuasaan PKP (Pandemik Covid 19)

Untuk melihat sikap responden terhadap penguatkuasaan PKP akibat Pandemik Covid 19 mengandungi lima item

Bahagian C: Instrumen Depression Anxiety Stress Scale 21-item (DASS-21) Versi Bahasa Melayu

Dalam kajian ini pengkaji akan menggunakan instrumen yang diubahsuai daripada Instrumen Depression, Anxiety and Stress Scale 21 (DASS 21) untuk menilai tahap kesihatan mental pelajar iaitu kemurungan, kebimbangan dan tekanan. Pemilihan DASS 21 adalah kerana ianya dibentuk tidak hanya untuk mengukur secara konvensional mengenai tahap emosi tetapi untuk proses yang lebih lanjut untuk pemahaman, pengertian dan pengukuran yang berlaku dari status emosi secara signifikan yang biasanya digambarkan sebagai tekanan. DASS dapat digunakan dengan baik oleh kelompok atau individu untuk tujuan penelitian (Ramli Musa & Ruhaila Maskat, 2020).

Jadual 3.1 Item DASS-21

	Kemurungan	Kebimbangan	Stres
Item	3,5,10,13,16,17,21	2,4,7,9,15,19,20	1,6,8,11,12,14,18

Jadual 3.2 Skala Tahap Kemurungan, Kebimbangan dan Stres

	Normal	Ringan	Sederhana	Teruk	Sangat Teruk
Kemurungan	0-9	10-13	14-20	21-27	28+
Kebimbangan	0-7	8-9	10-14	15-19	20+
Tekanan	0-14	15-18	19-25	26-33	34+

3.4 KESAHAN DAN KEBOLEHPERCAYAAN INSTRUMEN DASS 21

Berdasarkan kepada beberapa kajian-kajian lepas, kesahan dan kebolehpercayaan instrumen DASS 21 berada pada nilai yang tinggi berdasarkan penilaian Cronbach's Alpha antaranya kajian yang dilakukan oleh Ramli Musa dan Ruhaila Maskat, (2020) dimana kemurungan 0.95, kebimbangan 0.85 dan stres 0.87. Nilai Cronbach's Alpha keseluruhan 0.95. Manakala Edimansyah, (2008) pula untuk kemurungan 0.91, kebimbangan 0.88 dan stress 0.89.

3.5 KAJIAN RINTIS

Bagi instrumen soal selidik terhadap kemurungan, nilai kebolehpercayaan menunjukkan nilai ujian pekali Cronbach Alpha dalam kajian rintis ini ialah 0.95 melebihi piawaian minima iaitu 0.70 (Nunnally, 1978). Oleh itu soal selidik ini boleh digunakan dalam kajian ini. Bagi instrumen soal selidik terhadap kebimbangan, nilai kebolehpercayaan menunjukkan nilai ujian pekali Cronbach Alpha dalam kajian rintis ini ialah 0.85 melebihi piawaian minima iaitu 0.70 (Nunnally, 1978). Oleh itu soal selidik ini boleh digunakan dalam kajian ini. Bagi instrumen soal selidik terhadap stres, nilai kebolehpercayaan menunjukkan nilai ujian pekali

Cronbach Alpha dalam kajian rintis ini ialah 0.87 melebihi piawaian minima iaitu 0.70 (Nunnally, 1978). Oleh itu soal selidik ini boleh digunakan dalam kajian ini.

3.6 TATACARA PENGANALISISAN DATA

Perisian Statistical Package for The Social Science (SPSS) 22.0 digunakan untuk membantu dalam menganalisis data yang dikumpulkan daripada soal selidik pelajar. Menurut Mohd Majid Konting (2009), penganalisisan data berstatistik dengan menggunakan perisian ini dapat menghasilkan pengiraan yang cepat dan tepat berdasarkan min dan sisihan piawai untuk melihat tahap kesihatan mental iaitu kemurungan, kebimbangan dan stres dalam kalangan pelajar UniSZA.

Jadual 3.3 Analisis Data

No	Soalan Kajian	Analisis
1.	Apakah tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar di negeri Terengganu?	Deskriptif
2.	Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar berdasarkan faktor jantina?	T-test
3.	Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara kesihatan mental dan emosi dengan kemudahan fasiliti Pembelajaran atas talian?	Kolerasi

4.0 DAPATAN KAJIAN

Bahagian ini akan menjelaskan analisis data secara deskriptif sebagai hasil kajian yang disusun mengikut urutan soalan-soalan kajian. Analisis deskriptif digunakan bagi menjelaskan hasil dapatan kajian ini iaitu interpretasi skor min peratusan.

Bagi menjelaskan analisis peratusan skor min tahap kesihatan mental dan emosi, bacaan dalam Jadual 4.0 digunakan untuk menginterpretasikan maksud skor-skor yang diperolehi. Dengan itu, interpretasi bagi skor dalam peratusan ditunjukkan sepertimana yang dipaparkan dalam Jadual 4.0.

Bagi skor peratusan dalam lingkungan 75% hingga 100% adalah menunjukkan bahawa skor bagi pembolehubah yang dikaji adalah berada pada tahap yang tinggi, skor peratusan dalam lingkungan 50% hingga 74% adalah menunjukkan bahawa skor peratusan bagi pembolehubah yang dikaji adalah berada pada tahap yang sederhana dan skor peratusan dalam lingkungan 0% hingga 49% adalah menunjukkan bahawa skor peratusan bagi pembolehubah yang dikaji adalah berada pada tahap yang rendah.

Jadual 4.0 Interpretasi skor min peratusan

Skor Min Peratusan	Interpretasi Skor Min
75% hingga 100%	Tinggi
50% hingga 74%	Sederhana
0% hingga 49%	Rendah

Sumber : Tuckman (1999); Gay & Airasian (2003)

4.1 TAHAP KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI PELAJAR UNISZA

Bahagian ini akan menjawab hasil keputusan secara keseluruhan berkaitan dengan tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA di negeri Terengganu, iaitu merujuk kepada persoalan kajian 1 : Apakah tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA?

Bagi menjawab soalan kajian 1, analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperjelaskan interpretasi skor peratusan yang diperolehi bagi tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA. Keputusan keseluruhan tahap kesihatan mental dan emosi bagi 500 orang responden menunjukkan skor min peratusan adalah (65.7%) iaitu berada pada tahap sederhana

Jadual 4.1 Skor min peratusan tahap kesihatan mental dan emosi

	Descriptive Statistics				
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI	500	48.00	95.00	65.6620	18.61453
Valid N (listwise)	500				

4.2 PERBEZAAN KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI DALAM KALANGAN PELAJAR BERDASARKAN FAKTOR JANTINA

Ujian t telah digunakan untuk menguji hipotesis kajian ini kerana melibatkan analisis data berbentuk parametrik dan terdapat dua kumpulan jantina yang berlainan dalam kajian ini. Jadual 4.21 menunjukkan dapatan ujian Leven bagi melihat kesamaan varians

daripada kumpulan responden yang akan dibandingkan. Didapati bahawa terdapat keseragaman atau kesamaan varians antara kumpulan jantina ($F = 778.875$, $\text{Sig.} = 0.00 < 0.05$).

Jadual 4.2 Leven's test of equality variances

Kumpulan	F	Sig.
Jantina	778.875	.000

Dapatan analisis menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan di antara lelaki dan perempuan keatas pemboleh ubah bersandar kesihatan mental dan emosi, dimana nilai t adalah ($t = -20.562$, $p = .000 < .05$). Dapatan ini juga menunjukkan bahawa pelajar lelaki mempunyai tahap kesihatan mental dan emosi lebih tinggi iaitu 76.65 berbanding dengan nilai min kesihatan mental dan emosi pelajar perempuan iaitu 51.21. Oleh yang demikian itu, H_0 1 ditolak. Nilai statistik perbezaan secara terperinci dapat dirujuk dalam Jadual 4.22 dan Jadual 4.23.

Jadual 4.3 Kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA berdasarkan jantina

Pemboleh ubah bersandar	Kumpulan	N	min	Nilai t	Sig. (p)	Keputusan
Kesihatan Mental dan Emosi	Lelaki	284	76.65	20.562	.000	Ditolak
	Perempuan	216	52.21			

Signifikan pada paras $p < 0.05$

Jadual 4.4 Skor min peratusan kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA berdasarkan jantina.

Jantina	N	Min	Interpretasi
Lelaki	284	76.65	Tinggi
Perempuan	216	51.21	Sederhana

4.3 HUBUNGAN KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI DENGAN FASILITI PEMBELAJARAN

Dapatan analisis korelasi yang telah dilakukan menunjukkan bahawa peramal dan pemboleh ubah bersandar yang dikaji mempunyai hubungan yang sederhana. Menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi dengan faktor kemudahan fasiliti pembelajaran.

Jadual 4.5 Kolerasi

Correlations			
		KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI	FASILITI PEMBELAJARAN
KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI	Pearson Correlation	1	.414**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	500	500
FASILITI PEMBELAJARAN	Pearson Correlation	.414**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	500	500

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.6 RUMUSAN

Dapat disimpulkan disini bahawa, tahap kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA berada pada tahap sederhana dan kebanyakan pelajar perempuan mengalami masalah kesihatan mental dan emosi. Malah semua pelajar di empat kampus UniSZA mengalami kemerosotan kesihatan mental dan emosi. Terdapat hubungan yang mengganggu tahap kesihatan mental bila dikaitkan dengan fasiliti pembelajaran seperti internet. Pengaruh PKP semasa wabak pandemik COVID 19 lebih memberi kesan yang negatif kepada tahap kesihatan mental dan emosi para pelajar UniSZA.

5.0 PERBINCANGAN

Responden yang terlibat dalam kajian ini adalah seramai 500 orang pelajar UniSZA Kampus Gong Badak, Kampus Besut dan Kampus Kota. Semua responden adalah pelajar yang sedang belajar di UniSZA di negeri Terengganu. Pembahagian bilangan responden mengikut jantina adalah sepertimana berikut iaitu lelaki adalah 284 orang iaitu (57%), manakala responden perempuan adalah 216 orang iaitu (43%). Pembahagian bilangan responden mengikut lokasi kampus di UniSZA adalah sepertimana berikut iaitu bagi UniSZA kampus Gong Badak adalah 167 orang iaitu (34%), UniSZA kampus Besut adalah 167 orang iaitu (34%), dan UniSZA kampus Kota adalah 166 orang iaitu (32%). Bilangan responden ini adalah tidak sama banyak jumlahnya bagi setiap daerah kerana bergantung kepada bilangan pelajar bagi satu-satu kampus UniSZA.

Fasiliti pembelajaran adalah berdasarkan kemudahan akses internet dan peralatan komputer yang boleh digunakan oleh pelajar semasa pembelajaran secara atas talian dilaksanakan oleh pensyarah. Manakala PKP ialah perintah kawalan pergerakan yang dilaksanakan oleh pihak berkuasa untuk mengawal pergerakan individu untuk menangani penularan wabak Covid 19.

5.1 TAHAP KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI

Berdasarkan analisis data yang melibatkan 500 orang responden, hasil dapatan kajian yang berkaitan dengan kesihatan mental dan emosi, menunjukkan bahawa, tahap kesihatan mental dan emosi para pelajar UniSZA berada pada tahap sederhana iaitu min (66%)

Hasil dapatan kajian ini menunjukkan bahawa terdapat ramai pelajar UniSZA yang berada pada tahap sederhana dari segi tahap kesihatan mental dan emosinya. Jika definisi kesihatan mental dan emosi dirujuk, ianya memberi makna bahawa terdapat pelajar yang mengalami simptom kebimbangan, kerisauan dan ketakutan akibat krisis pandemik covid 19. Dapatan kajian ini juga adalah selaras dengan dapatan kajian yang dikemukakan oleh Sidik (2020), yang mendapati bahawa kebanyakan dari sampel kajian mereka mengalami masalah kesihatan mental, emosi, stress, kerisauan dan kebimbangan.

5.2 PERBEZAAN TAHAP KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI DALAM KALANGAN PELAJAR YANG BERLAINAN JANTINA

Kajian ini juga turut meninjau kesihatan mental dan emosi berdasarkan faktor perbezaan jantina. Dimana responden lelaki dibuat perbandingan dengan responden perempuan dari segi peratusan kesihatan mental dan emosinya. Analisis data menunjukkan bahawa, skor peratusan kesihatan mental bagi kumpulan pelajar lelaki adalah lebih tinggi (76.65) berbanding dengan skor peratusan kesihatan mental dan emosi bagi kumpulan pelajar perempuan yang memperolehi skor peratusan kesihatan mental dan emosinya yang sederhana (51.21). Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa kesihatan mental dan emosi pelajar lelaki adalah berbeza berbanding dengan pelajar perempuan. Ini menunjukkan bahawa, jantina memainkan peranan yang penting dalam mempengaruhi kesihatan mental dan emosi pelajar.

Pelajar lelaki didapati menunjukkan tahap kesihatan mental dan emosi yang lebih tinggi berbanding pelajar perempuan. Justeru, dalam kesulitan pandemik COVID-19 ini, golongan pelajar lelaki mahupun perempuan tidak terkecuali dari menghadapi tekanan dalam aspek pembelajaran mereka. Melalui kajian-kajian luaran daripada Grubic, Badovinac & Amer et.al (2020), Roonie et.al (2020), pandemik ini sangat mempengaruhi motivasi diri pelajar dan membawa kepada tekanan mental dan emosi pelajar terhadap proses PdP. Tekanan yang mereka lalui ini antaranya akibat keresahan keciciran dalam pelajaran, tekanan kemiskinan keluarga sendiri yang membawa kepada kekurangan aksesibiliti kemudahan internet untuk segala urusan pembelajaran mereka yang harus dijalani sepenuhnya secara atas talian.

5.3 HUBUNGAN KESIHATAN MENTAL DAN EMOSI DENGAN KEMUDAHAN FASILITI PEMBELAJARAN ATAS TALIAN

Kajian ini juga turut membincangkan tentang hubungan kesihatan mental dan emosi dengan kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian. Keputusan menunjukkan bahawa tahap kesihatan mental dan emosi pelajar mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian iaitu 41.4. Skor peratusan hubungan kesihatan mental dan emosi dengan kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian pelajar adalah sederhana. Menunjukkan bahawa kesihatan mental dan emosi pelajar juga bergantung dengan kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian yang mereka ada. Bagi pelajar yang mempunyai kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian, mereka rasa selesa, tidak bimbang dan risau untuk meneruskan pembelajaran berbanding dengan pelajar yang tidak memiliki kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian.

Hasil dapatan kajian ini selari dengan dapatan kajian yang diperolehi oleh Tam dan El Azhar (2020), akibat daripada pandemik COVID-19 telah dianggarkan lebih 421 juta orang pelajar terjejas proses pembelajaran mereka bagi sesi pengajian semasa apabila institusi pengajian terpaksa ditutup serta merta demi menjaga keselamatan warga kerja dan golongan pelajar yang merupakan golongan berisiko terlibat dengan jangkitan. Menurut kajian yang telah dijalankan oleh Rafidah dan Mohd Nasaruddin Parzi (2020), terdapat beberapa cabaran yang dihadapi oleh pelajar dalam menjalani pembelajaran dalam talian melibatkan keupayaan untuk mengadaptasi perubahan teknologi kerana ia melibatkan kemudahan pembelajaran secara digital serta perubahan sikap untuk menerima amalan pembelajaran dalam talian yang dilaksanakan.

5.4 KESIMPULAN

Secara keseluruhannya, memang terdapat pengaruh krisis pandemik covid 19 terhadap tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar di UniSZA. Menunjukkan terdapat perbezaan tahap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniSZA berdasarkan faktor jantina. Tahap kesihatan mental dan emosi pelajar bagi ketiga-tiga kampus adalah sama iaitu di tahap sederhana. Menunjukkan bahawa semua pelajar bagi ketiga-tiga kampus mengalami kemerosotan dari segi kesihatan mental dan emosi akibat daripada pandemik covid 19 dan juga PKP. Terdapat juga hubungan yang signifikan dari segi kesihatan mental dan emosi pelajar UniSZA dengan kemudahan fasiliti pembelajaran atas talian. Juga terdapat kesan pengaruh pandemik COVID 19 dan Perintah Kawalan Pergerakan terhadap kesihatan mental dan emosi pelajar. Semoga hasil dapatan kajian ini dapat memberi manfaat yang besar kepada pihak pengurusan pentadbiran UniSZA, pensyarah UniSZA, para pelajar UniSZA dan para ilmuwan dunia kaunseling di Malaysia.

6.0 PENGHARGAAN

Sekalung penghargaan ditujukan kepada UNIVERSITI SULTAN ZAINAL ABIDIN (UniZA) atas pembiayaan geran DANA PENYELIDIKAN UNIVERSITI 1.0 (DPU1.0) yang bertajuk “Pengaruh krisis pandemik COVID 19 terhadap kesihatan mental dan emosi dalam kalangan pelajar UniZA” Kod Projek (UniZA/2021/DPU1.0/09).

RUJUKAN

- Abdul Rashid Abdul Aziz@ Dorashid. (2020). Tip Bahagia Menjalani Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) Semasa Wabak COVID-19. Dalam Mohamad Isa Amat & Ahmad Jazimin Jusoh. *Kompilasi Artikel Pendekatan Bimbingan dan Kaunseling dalam Menangani Impak COVID-19* (Eds), 56-67. Kajang: Perkama International.
- Amani Nawi & Umi Hamidaton Mohd Soffian Lee. (2020). Penerimaan Pelajar Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) terhadap Penggunaan Microsoft Teams sebagai Platform Pembelajaran-Satu Tinjauan. 3rd International Seminar on Islamic and Science. 15 October 2020, Nilai: Universiti Sains Islam Malaysia
- American Psychological Association. (2020). Stress in America: A National Mental Health Crisis. Capaian pada 12 Oktober di <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/sia-mentalhealth-crisis.pdf>.
- Chhabra, S. (2020). Psychological Implications of COVID-19 Pandemic - A Wide Spectrum of Manifestations. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*, 9(33), 2386–2391.
- Chung, E., Noor, N. M., & Vloreen Nity Mathew. (2020). Are You Ready? An Assessment of Online Learning Readiness among University Students. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 9(1), 301–317.
- Eikhwan Ali & Mahirah A Rashid. (2020). Pandemik Covid 19 : Mendepani Impak Psikososial. Dimuat turun daripada <https://www.tsis.my/wpcontent/uploads/2020/04/PERSPEKTIF-Pandemik-COVID-19-Mendepani-ImpakPsikososial.pdf>.
- Firdaus Abdul Gani (2020). Impak psikologi akibat wabak COVID-19. Retrieved April 23, 2020, from <http://www.astroawani.com/berita-malaysia/impak-psikologi-akibatwabak-COVID-19-23364>.
- Gay, L. R., & Airasian, P. (2003). *Educational Research Competencies for Analysis and Application* (7th ed.). NJ Pearson Education.
- Grubic, N., Badovinac, S. & Amer M Johri. (2020). Student Mental Health In The Midst Of The Covid-19 Pandemic: A Call For Further Research And Immediate Solution. *International Journal Of Social Psychiatry*. 1-2.
- Krejcie, R.V., & Morgan, D.W., (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*.
- Mohd Arif Johari & Sa'odah Ahmad. (2019). Persepsi Tekanan Akademik dan Kesejahteraan Diri di dalam Kalangan Pelajar Universiti di Serdang, Selangor. *Journal of Social Sciences*, 5(1), 24-36.
- Mohd. Majid Konting. (2009). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Rafidah Mat Ruzki & Mohd Nasaruddin Parzi. (2020). Covid-19: Masalah Emosi Isu Utama Kesihatan Mental Rakyat. *Berita Harian Online*. Capaian pada 1 November 2020
- Ramli Musa & Ruhaila Maskat. (2020). Psychometric Properties of Depression Anxiety Stress Scale 21-item (DASS-21) Malay Version among a Big Sample Population. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(1), 2282–1619.
- Sheela Sundarasan, K. C. (2020). Psychological Impact of COVID-19 and Lockdown among University Students in Malaysia: Implications and Policy Recommendations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1-13.
- Sidik, P. D. (2020). Kesihatan Mental Pelajar Institut Pengajian Tinggi Sepanjang Perintah Kawalan Pergerakan (PKP). UPM.
- Sundarasan, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G. M., Khoshaim, H. B., Sukayt, A. (2020). Psychological impact of covid-19 and lockdown among university students in malaysia: Implications and policy recommendations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 1–13.
- Tam, G. & El-Azhar, D. (2020). 3 ways the coronavirus pandemic could reshape education. *The World Economic Forum COVID Action Platform*. Dicapai pada 20 November 2020 daripada <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/3-ways-coronavirus-is-reshaping-education-and-whatchanges-might-be-here-to-stay/>
- Tuckman, B. (1999) *Conducting educational research*. Harcourt Brace College Publishers, Fort Worth.